



Hipotiroidismo

El hipotiroidismo es un trastorno donde la glándula tiroides no produce suficiente hormona tiroidea. La glándula tiroides se encuentra en la parte delantera inferior del cuello. Por lo general, esta glándula produce la hormona tiroidea, que es importante para regular el metabolismo (la forma en que el cuerpo utiliza los alimentos para producir energía). Si no se produce suficiente hormona tiroidea, todo el cuerpo se ve afectado, y es posible que haga que se sienta débil y cansado.

Síntomas

La mayoría de los problemas de tiroides se presentan en personas adultas, en especial, después de los 50 años de edad, y es entre 8 y 10 veces más frecuente en las mujeres que en los hombres. Los síntomas de una producción baja de hormona tiroidea incluyen:

- fatiga persistente
- ritmo cardíaco lento
- depresión
- estreñimiento
- piel y cabello secos
- pérdida del cabello
- leve aumento de peso
- sensibilidad al frío
- irregularidades menstruales
- glándula tiroides agrandada en el cuello

Sin embargo, la aparición de estos síntomas no significa necesariamente que se tiene hipotiroidismo. De hecho, la mayoría de las personas que presentan estos síntomas no tiene la enfermedad.

El trastorno de tiroides más común se denomina tiroiditis de Hashimoto. Este tipo específico de hipotiroidismo hace que el sistema inmunitario del cuerpo ataque al tejido tiroideo. En la mayoría de los casos, la glándula tiroides queda dañada en forma permanente y, por lo tanto, no puede funcionar correctamente. Este tipo de hipotiroidismo requiere el uso continuo de medicamentos. Otras causas de hipotiroidismo incluyen los problemas de la glándula pituitaria, deficiencia de yodo y algunos medicamentos, como el litio.

Diagnóstico

Si tiene varios de los síntomas anteriores pero no hay un motivo aparente, llame a su profesional de la salud. Éste lo examinará y revisará sus antecedentes médicos para determinar si se necesitan otros exámenes.

Por lo general, se solicita un análisis de sangre para confirmar el diagnóstico. La prueba mide una sustancia denominada hormona estimulante de la tiroides (thyroid stimulating hormone, TSH). La

glándula pituitaria libera TSH en el cerebro para controlar la actividad tiroidea. Cuando la actividad de la glándula tiroidea es baja, aumenta la liberación de TSH y esto arroja un valor mayor en el análisis de sangre. Al medir la TSH, su profesional de la salud puede determinar si la actividad de su tiroides es baja.

Tratamiento

Por lo general, los médicos recetan pastillas de hormona tiroidea para tratar el hipotiroidismo. Si su médico le receta medicamentos, tome las pastillas todos los días según las indicaciones. Es importante tomar la dosis correcta, ya que una dosis muy alta puede afectar el corazón y provocar osteoporosis. En general, una baja en el funcionamiento de la tiroides es permanente; por lo tanto, no deje de tomar los medicamentos sin consultar a su médico.

Su profesional de la salud revisará periódicamente sus niveles de TSH en sangre para asegurarse de que esté tomando la dosis correcta de medicamentos. En el caso de los niños con hipotiroidismo, este nivel debe revisarse con más frecuencia que en los adultos. La dosis necesaria de medicamento depende de cada persona. Es importante que hable frecuentemente con su profesional de la salud y que le informe cómo se siente. Con los medicamentos adecuados, los niveles de TSH volverán a la normalidad, y todos los síntomas del hipotiroidismo deberían desaparecer.

* * * * *

Otros recursos

- Visite nuestro sitio en Internet en kp.org/espanol para tener acceso a enciclopedias sobre la salud y los medicamentos, programas interactivos, clases para una vida sana (Healthy Living) y mucho más.
- Comuníquese con su Centro o Departamento de Educación de la Salud para obtener información y tener acceso a programas para una vida sana y otros recursos sobre la salud.

Esta información no pretende diagnosticar problemas de salud ni sustituir los consejos médicos ni el cuidado que usted recibe de su médico o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su médico.